

**FORMALŪJĮ ŠVIETIMĄ PAPILDANČIŲ CIKLINIŲ SPORTO ŠAKŲ
(LENGVOSIOS ATLETIKOS, PLAUKIMO)
PRADINIO UGDYMO PROGRAMA**

I. BENDROSIOS NUOSTATOS

1. Formalųjį švietimą papildančių ciklinių sporto šakų pradinio ugdymo programos paskirtis užtikrinti ugdymo turinio kokybę, teigiamą poveikį vaikams.
2. Programa parengta vadovaujantis Lietuvos Respublikos Kūno kultūros ir sporto įstatymu, Lietuvos Respublikos švietimo įstatymu, Neformaliojo vaikų švietimo koncepcija, ciklinių sporto šakų metodiniais nurodymais.
3. Atsižvelgdama į ugdytinių poreikius bei gebėjimus Sporto mokykla formuoja programos ugdymo turinį, numato jos apimtį, planuoja jos įgyvendinimo nuoseklumą, priemones.
4. Programos trukmė 2 metai.
5. Vaikai, nenorintys dalyvauti varžybose arba, kurių sportiniai rezultatai gerėja labai lėtai gali lankyti Sporto mokyklos neformalaus ugdymo grupes. Neformalaus ugdymo vaikų sportinis ugdymas organizuojamas ir vykdomas atsižvelgiant į vaiko judėjimo ir savęs realizavimo poreikius, siekiant užtikrinti įvairių sporto šakų bei įvairių fizinio aktyvumo formų prieinamumą.
6. Pradinio rengimo ugdymo grupės sudaromos atsižvelgiant į rekomenduojamą vaikų amžių pradėti sporto šakos pratybas, fizinio ir psichinio vystymosi ypatumus.
7. Rekomenduojamas vidutinis mokinių skaičius grupėje – 7-12.
8. Rekomenduojamas mokinių amžius grupėje 6-12 m.
9. Įgyvendinant Programą taikomos grupinio ir individualaus mokymo(si) formos.
10. Kvalifikaciniai reikalavimai programą įgyvendinantiems mokytojams reglamentuojami Lietuvos Respublikos švietimo įstatymu.
11. Programos įgyvendinimo priemonės, įranga ir ugdymo bazė:
 - 11.1. sporto bazė (specializuotos bazės, sporto salės, baseinai, kt.) turi atitikti higienos normas, bendruosius saugos reikalavimus, o įranga ir inventorius pritaikyta teoriniam ir praktiniam sportininkų mokymui(si) bei sporto varžybų organizavimui;
 - 11.2. teoriniam mokymui(si) grupinių užsiėmimų patalpose turime: vaizdo projektorių, garso ir vaizdo įrašymo įrangą, interneto prieigą.

**II. PROGRAMOS TIKSLAS, UŽDAVINIAI, STRUKTŪRA,
RENGIMO PRINCIPAI**

12. Programos tikslas – suteikti pradines pasirinktos ciklinės sporto šakos judesių atlikimo technikos ir taktikos, fizinių pratimų atlikimo tikslingumo žinias, formuoti judesių atlikimo technikos ir taktikos suvokimą, suteikti bendrųjų ir dalykinių ciklinių sporto šakų kompetencijų.
13. Programos uždaviniai:
 - 13.1. ugdyti holistinį (visybišką) asmens požiūrį į sportą, padėti jaunajam sportininkui suvokti kūno kultūros, sporto, sveikatos ryšį;
 - 13.2. saugoti ir stiprinti jaunųjų sportininkų sveikatą, ieškoti ciklinei sporto šakai talentingų vaikų, skatinti sąmoningą fizinį aktyvumą, pratinti sveikai gyventi;
 - 13.3. sudaryti vaikams galimybę rinktis savo poreikius bei gebėjimus atitinkančią sporto šaką, tenkinant jų saviraiškos poreikį;

- 13.4. įvairiapusiškai, originaliai, kompleksiškai ugdyti fizinio pajėgumo komponentus;
- 13.5. šalinti vaikų fizinio išsivystymo ir fizinio parengtumo disproporcijas taikant individualiai parenkamus pratimus;
- 13.6. mokyti bendrojo ugdymo, parengiamųjų ir specialiųjų pasirinktos ciklinės sporto šakos judesių;
- 13.7. sudaryti sąlygas vaikams išbandyti savo jėgas varžybose;
- 13.8. puoselėti vaikų bendravimo ir bendradarbiavimo įgūdžius, ugdyti garbingos kovos ir kilnaus elgesio principus, savigarbą, pagarbą kitam asmeniui, mokyti saugiai elgtis treniruočių ir varžybų metu.
14. Programos rengimo principai:
- 14.1. prieinamumo – veiklos ir metodai turi būti prieinami visiems vaikams pagal amžių, išsilavinimą, turimą patirtį;
- 14.2. individualizavimo – ugdymas turi būti vykdomas pagal kiekvienam vaikui reikalingą kompetenciją, atsižvelgiant į jo asmenybę, galimybes, poreikius ir pasiekimus;
- 14.3. sąmoningumo ir aktyvumo – ugdymas organizuojamas suprantamai pateikiant mokomosios medžiagos, užduočių, pratimų esmę, siekiant vaikų (sportininkų) noro aktyviai mokytis;
- 14.4. ugdymo(si) grupėje – mokoma(si) spręsti tarpasmeninius santykius, priimti bendrus sprendimus, dalytis darbais ir atsakomybe;
- 14.5. pasirenkamumo – vaikai laisvai renkasi SMĮ;
- 14.6. pozityvumo – pratybos yra labai palankios vaikų teigiamų emocijų raiškai ir geros vaiko savijautos sukūrimui;
- 14.7. demokratiškumo – mokytojai, tėvai ir vaikai yra aktyvūs ugdymo(si) proceso kūrėjai, kartu identifikuoja sportinio ugdymosi poreikius.
15. Programą sudaro ugdymo turinio branduolio dalykai:
- 15.1. ciklinės sporto šakos teorija;
- 15.2. ciklinės sporto šakos praktika;
- 15.3. varžybinė veikla.

III. PROGRAMOS APIMTIS IR PASKIRTIS

16. Atsižvelgiant į jaunųjų ciklinės sporto šakos sportininkų ugdymo metus ir parengtumą numatoma minimali ir maksimali kontaktinių akademinių valandų apimtis per savaitę ir vienerius ugdymo(si) metus:

17. Ugdymo(si) metai	Minimalus kontaktinių akademinių valandų skaičius		Maksimalus kontaktinių akademinių valandų skaičius	
	Per savaitę	Per metus	Per savaitę	Per metus
1	5	180	7	252
2	6	216	8	288

18. Programoje numatomas įvairioms sportinio rengimo rūšims, varžybų veiklai bei parengtumo rodiklių kontrolei skiriamas laikas pagal ugdymo(si) metus:

Rengimo rūšys ir varžybų veikla	Ugdymo metai				
	1		2		
	Valandos per savaitę				
	Min.	Max.	Min.	Max.	
Teorinis	14	11	8	10	
Fizinis	Bendrasis	52	60	44	65
	Specialusis	38	46	38	46

Techninis	38	73	61	76
Taktinis	8	21	26	34
Integralusis	17	27	26	39
Varžybų veikla	8	9	10	15
Testavimas	5	5	3	3
Iš viso:	180	252	216	288

19. Programos paskirtis – sukurti tikslingo sportinio vaikų rengimo prielaidas, formuoti pasirinktos ciklinės sporto šakos veiksmus, taikant įvairius judesių mokymo metodus. Vaikas turi gebėti atlikti judesius reikiamu greičiu ir ritmu besikeičiančiose sąlygose. Būtina skatinti vaiko judesių individualumą ir gebėjimą kurti judesius. Mokant vaiką pasirinktos sporto šakos veiksmų, ugdant judesius, sudaromos sąlygos jo prigimčiai artima fizine veikla išreikšti savo individualumą, kūrybiškumą, ugdyti bendravimo ir bendradarbiavimo įgūdžius.

20. Vienas iš svarbiausių vaikų kvietimo į pradinio ugdymo grupes motyvų yra jo noras ugdyti pasirinktos ciklinės sporto šakos judesius, patirti malonumą varžantis ar lenktyniaujant. Bendraujant su vaiku gali būti užregistruojami jo motyvacijos sportiniam rezultatui rodikliai, sporto treniruotės suvokimas.

IV. PAŽANGOS VERTINIMO METODAI

21. Planuojant jaunųjų ciklinės sporto šakos sportininkų ugdymo turinį mokytojas numato ir pedagoginio poveikio veiksmingumo vertinimą. Taikomas formuojamasis, diagnostinis ir apibendrinamasis vertinimas.

22. Formuojamasis vertinimas atliekamas nuolatos ir turi suteikti mokytojui ir sportininkui grįžtamąją informaciją apie ugdymo(si) pažangą. Ši informacija mokytojui turi padėti tinkamai planuoti tolesnio ugdymo strategiją. Formuojamojo vertinimo tikslas – padėti mokytis, bet ne kontroliuoti. Pagrindiniai formuojamojo vertinimo būdai: stebėjimas, informacijos rinkimas, analizė, informacijos pateikimas.

23. Diagnostinis vertinimas padės išsiaiškinti, ar pasiekti ugdymo(si) tikslai ir uždaviniai.

Diagnostinis vertinimo būdas taikomas pradedant ir baigiant treniruočių ciklą, kai reikia numatyti ugdytinių tolesnio treniravimo(si) poreikius. Dažniausias diagnostinio vertinimo metodas – etapinis kontrolinių normatyvų (testų) vykdymas ir palyginimas su ankstesniais rezultatais.

24. Apibendrinamasis vertinimas atliekamas ugdymo(si) metų ir ugdymo programos pabaigoje. Keliant vaiką į aukštesnę sportinio ugdymo programą remiamasi apibendrinamojo vertinimo informacija.

25. Diagnostinis ir apibendrinamasis vertinimas vykdomas pagal Sporto mokyklos veiklos kriterijus.

26. Atsižvelgiant į varžybų rezultatus, ugdytinio fizinės brandos, fizinio parengtumo rodiklių kaitą, vaikai gali būti priimami į aukštesnę ugdymo(si) metų grupę arba meistriskumo ugdymo programą.

V. CIKLINĖS SPORTO ŠAKOS TEORIJOS DALYKO NUOSTATOS

27. Ciklinės sporto šakos teorijos paskirtis – suteikti sportininkui pasirinktos ciklinės sporto šakos teorijos pradmenis.

28. Ciklinės sporto šakos teorijos uždaviniai:

28.1. suteikti žinių apie ciklinės sporto šakos kilmę ir raidą;

28.2. supažindinti su pasirinktos ciklinės sporto šakos judesių atlikimo technika ir taktika;

- 28.3. padėti pažinti save, formuoti gebėjimą bendrauti, atsakomybę už bendrą veiklą ir siekiamus tikslus;
- 28.4. suvokti pasirinktos ciklinės sporto šakos taisykles;
- 28.5. ugdyti asmeninės higienos, sveikos gyvensenos nuostatas.
29. Ciklinės sporto šakos teorijos metodinės nuostatos:
- 29.1. teorinis sportininkų rengimas realizuojamas per paskaitas arba integruojamas į sporto pratybas;
- 29.2. mokytojas išanalizuoja visas teorinį sportininko rengimą sudarančias temas;
- 29.3. paskaitos skaitomos sportininkų grupei;
- 29.4. ciklinės sporto šakos teorijos dalyko programoje numatyta veikla turi būti siejama su kitais Programos branduolio dalykais.
30. Teorinį parengtumą lemia mokytojo vedamų paskaitų kokybė ir sportininko savišvieta.
31. Ciklinės sporto šakos teorijos dalyko turinys nulemia programą įvykdžiusių sportininkų gebėjimus ir pasiekimus:

CIKLINIŲ SPORTO ŠAKŲ TEORIJA		
Ciklinių sporto šakų istorija		
Kryptingumas	Esminiai gebėjimai	Įgytos kompetencijos
Ciklinės sporto šakos kilmė ir raida	Žinos ciklinės sporto šakos kilmę ir raidą. Žinos socialinę ciklinės sporto šakos reikšmę. Žinos socialines ciklinės sporto šakos funkcijas.	Pažinimo, asmeninė, socialinė
Socialinė ciklinės sporto šakos reikšmė		
Socialinės ciklinės sporto šakos funkcijos		
Judesių atlikimo technika ir taktika		
Kryptingumas	Esminiai gebėjimai	Įgytos kompetencijos
Ciklinės sporto šakos technika	Žinos pasirinktos ciklinės sporto šakos pagrindinius technikos ir taktikos veiksmus bei jų derinius.	Asmeninė, mokėjimo mokyti
Ciklinės sporto šakos taktika		
Asmenybės ugdymas		
Kryptingumas	Esminiai gebėjimai	Įgytos kompetencijos
Ciklinės sporto šakos sportininkų santykiai	Gebės pažinti save, bendrauti ir bendradarbiauti, suvoks bendros veiklos ir siekiamų tikslų atsakomybę. Gebės garbingai elgtis per sporto pratybas ir varžybas.	Pažinimo, asmeninė, socialinė, iniciatyvumo ir kūrybingumo
Garbingo varžymosi principai		
Dorovinių asmenybės savybių ugdymas lavinantis ir varžantis		
Ciklinių sporto šakų taisyklės		
Kryptingumas	Esminiai gebėjimai	Įgytos kompetencijos
Amžiaus tarpsniui pritaikytos ciklinės sporto šakos taisyklės	Žinos pasirinktos ciklinės sporto šakos pagrindines taisykles.	Pažinimo, asmeninė
Varžybų organizavimo pagrindai		
Fizinio ir protinio darbingumo regeneracijos priemonės		
Kryptingumas	Esminiai gebėjimai	Įgytos kompetencijos

Miegas, darbo ir poilsio ritmas, grūdinimasis	Žinos dienos mitybos, darbo ir poilsio režimo principus. Suvoks kūno, aprangos, apavo, sporto reikmenų ir aplinkos higieninius veiksnius. Suvoks fizinių pratimų poveikio organizmo augimui, vystymuisi svarbą bei fizinio darbingumo regeneracijos pagrindinius principus.	Socialinė, pažinimo, motyvacijos, asmeninė
---	---	--

VI. CIKLINĖS SPORTO ŠAKOS PRAKTIKOS DALYKO NUOSTATOS

32. Ciklinės sporto šakos praktikos paskirtis – sukurti tikslingo sportinio vaikų rengimo prielaidas.

33. Ciklinės sporto šakos praktikos uždaviniai:

33.1. ugdyti koordinacines, lankstumo, vikrumo, pusiausvyros ir kitas fizines ypatybes;

33.2. mokyti specialiųjų pasirinktos ciklinės sporto šakos judesiu;

33.3. išmokyti pagrindinių pasirinktos ciklinės sporto šakos technikos ir taktikos veiksnių ir gebėti juos pritaikyti varžantis ir lenktyniaujant;

33.4. formuoti pasirinktos ciklinės sporto šakos taktikos veiksnių mokėjimus.

34. Ciklinės sporto šakos praktikos metodinės nuostatos:

34.1. suformuoti fizinės veiklos įpročius pirmajame daugiamečio sportininko rengimo etape, kurie lems jo sportinio meistriškumo lygį vėlesniais rengimo etapais;

34.2. taikyti įvairius judesių mokymo metodus formuojamiems pasirinktos ciklinės sporto šakos veiksniams;

34.3. užtikrinti vaiko atliekamų judesių stabilumą ir įvairovę;

34.4. mokyti vaiką atlikti judesius reikiamu greičiu ir ritmu besikeičiančiose sąlygose, su įrankiais ar be jų;

34.5. skatinti vaiko judesių individualumą ir gebėjimą kurti judesius;

34.6. mokyti vaikui pasirinktos ciklinės sporto šakos veiksnių, sudarant sąlygas jo prigimčiai artima fizine veikla išreikšti savo individualumą, kūrybiškumą, ugdyti bendravimo ir bendradarbiavimo įgūdžius;

34.7. įgyvendinant pradinio ugdymo Programas reikėtų vengti jaunųjų sportininkų psichoemocinės, fizinės perkrovos.

Ugdymo procese taikomi auklėjimo, mokymo, mokymosi metodai, ugdytinių veiklos organizavimo per pratybas metodai, pažinimo metodas, fizinių savybių ugdymo metodai, treniruotės metodai, klaidų nustatymo ir taisymo metodas, žinių, mokėjimų ir įgūdžių vertinimo metodai.

35. Auklėjimo metodas taikomas kuriam nors auklėjimo tikslui siekti. Taikomi rodomieji (pvz., asmeninis pavyzdys, vadovavimo stilius), žodiniai (pamokymas, patarimas), veikdinamieji (pratimas, įpareigojimų vykdymas, kontrolė ir vertinimas), skatinamieji (pritarimas, pagyrimas, pasitikėjimo pareiškimas, apdovanojimas), bausmės (nepritarimas, pastaba). Taikomos šios svarbiausios metodinės priemonės: sportinio rengimosi perspektyvų nurodymas, gerų tradicijų skiepijimas, sportinės veiklos motyvų stiprinimas, gyrimas ir peikimas, sektinų pavyzdžių nurodymas, pagalbininko funkcijų patikėjimas, pagaliau sporto varžybos.

36. Realizuojant mokymo metodą mokytojo vadovaujami mokiniai įgyja žinių, ugdo mokėjimus ir įgūdžius, plėtoja pažintines galias ir ugdo gebėjimus toliau savarankiškai įgyti ir kūrybingai taikyti žinias bei įgūdžius. Mokant dvikovos sporto šakų technikos veiksnių ir jų derinių, suteikiamos teorinės žinios, formuojami judesių mokėjimai, kurie po daugkartinio kartojimo virsta įgūdžiais. Suformuoti judesių įgūdžiai mokomi taikyti varžybose, savarankiškai tobulinami, kuriami nauji. Taikomi šie mokymo metodai: 1) aiškinimo, 2) dalinis, 3) individualusis, 4) kartojimo, 5) vientisinis.

37. Realizuodami mokymosi metodą sportininkai įgyja fizinio, techninio, taktinio rengimosi,

judesių įsisavinimo, technikos veiksmų atlikimo žinių.

38. Ugdytiniai per pratybas organizuojami taikant šiuos metodus: 1) frontalių, 2) grupinį, 3) rato, 4) srautinį. Jie nulemia pratybų kokybę, todėl labai svarbus yra tinkamas jų taikymas.

39. Raumenų jėgos ugdymo metodai taikomi siekiant lavinti pamatinę sportininko fizinę ypatybę – jėgą. Taikomi šie raumenų jėgos ugdymo metodai: daugelio serijų, kartotinių pastangų, lengvinimo, piramidės, serijų.

40. Ištvėrimo ugdymo metodai skirstomi į dvi grupes: išsivienišimo nepertraukiamos veiklos metodai (tolygusis, pakaitis, fartlekas) ir pertraukiamos veiklos metodai (kartotinis intervalinis ir t.t.).

41. Mokytojo ir sportininko bendros veiklos būdai konkrečioms sportinio rengimo uždaviniams spręsti realizuojami taikant treniruotės metodus. Treniruotės metodai padeda įgyti reikiamų žinių ir įgūdžių, jais ugdomos būtinos ypatybės ir gebėjimai, siekiama geriausių sportinių rezultatų. Dažniausiai naudojami treniruotės metodai: 1) individualusis, 2) intervalinis (intensyvusis ir ekstensyvusis), 3) kartojimo, 4) pakaitinis, 5) tolygusis, 6) varžybų, 7) žaidimo ir kt.

42. Mokytojas turi suvokti klaidų atsiradimo priežastį (nauji ir tuo pačiu neįprasti pratimai, nepakankamas individualus parengtumas, sudėtingos varžymosi sąlygos ar pernelyg didelė įtampa, netinkamai suformuotų, lėti judesiai) ir parinkti pratimus klaidoms ištaisyti. Tokiu būdu realizuojamas klaidų nustatymo ir taisymo metodas.

43. Ciklinių sporto šakų praktikos turinys lemia programą įvykdžiusių vaikų gebėjimus ir pasiekimus:

CIKLINĖS SPORTO ŠAKOS PRAKTIKA		
Fizinių ypatybių ugdymas		
Kryptingumas	Esminiai gebėjimai	Įgytos kompetencijos
Bendrosios ir specialiosios, jėgos ištvėrimo ugdymas	Gebės nepertraukiamai bėgti 15 minučių Gebės taisyklingai atlikti judesius su nedidele išorine sunkmena	Asmeninė, iniciatyvumo ir kūrybingumo
Raumenų greičio ugdymas	Gebės įveikti trumpas atkarpas, judėdami dideliu greičiu	
Aktyvaus ir pasyvaus lankstumo ugdymas	Gebės atlikti bendruosius ir specialiuosius judesius reikiama amplitudė ir ritmu	
Judesių koordinacijos, vikrumo ugdymas	Gebės keisti judesių atlikimo dažnį, greitį, amplitudes	
	Gebės diferencijuoti raumenines pastangas	
Įvairių judėjimo būdų ugdymas	Gebės pasirinkti reikiamą judėjimo būdą, atsižvelgiant į išorines sąlygas	
Jėgos ugdymas taikant kartotinį pratimų atlikimo metodą	Gebės galingai 10-12 kartų atlikti 10-15 s trukmės pratimus su nedidele išorine sunkmena	
Specialiųjų judesių mokymas		
Kryptingumas	Esminiai gebėjimai	Įgytos kompetencijos
Pagrindinių sporto šakos veiksmų ir judėjimo būdų mokymas	Pasirinks reikiamus veiksmus ir judesius startuojant, įveikiant distanciją ir finišuojant	Asmeninė, kūrybingumo iniciatyvumo ir
Specialiųjų sporto šakos veiksmų ir judėjimo būdų mokymas	Žinos ir taikys specialiuosius veiksmus startuojant, įveikiant distanciją ir finišuojant	

Imituojamųjų ir papildomų sporto šakos veiksmų ir judesių mokymas	Žinos ir taikys imituojamuosius ir papildomus veiksmus startuojant, įveikiant distanciją ir finišuojant	mokėjimo mokytis
Technikos veiksmų mokymas		
Kryptingumas	Esminiai gebėjimai	Įgytos kompetencijos
Technikos veiksmų ir jų derinių mokymas	Gebės taikyti technikos elementus treniruotėse ir varžybose	Asmeninė, iniciatyvumo ir kūrybingumo, mokėjimo mokytis
Taktinis rengimas		
Kryptingumas	Esminiai gebėjimai	Įgytos kompetencijos
Judėjimo taktikos numatymas ir realizavimas startuojant, įveikiant distanciją ir finišuojant	Žinos judėjimo taktikos būdus ir jų veiksmingumą startuojant, įveikiant distanciją ir finišuojant Gebės pasirinkti reikiamą judesių atlikimo tempą	Asmeninė, iniciatyvumo ir kūrybingumo

VII. VARŽYBINĖS VEIKLOS DALYKO NUOSTATOS

44. Ciklinės sporto šakos varžybinės veiklos paskirtis – įvertinti išmokytojų sporto šakos technikos ir taktikos veiksmų kokybę varžantis ir lenktyniaujant.

45. Varžybinės veiklos uždaviniai:

45.1. realizuoti išmokytojų technikos veiksmus varžantis ir lenktyniaujant;

45.2. realizuoti išmokytojų taktikos veiksmus varžantis ir lenktyniaujant;

45.3. įvertinti varžybinės veiklos efektyvumą;

45.4. skatinti vaikus siekti užsibrėžto tikslo.

46. Ciklinės sporto šakos varžybinės veiklos metodinės nuostatos:

46.1. 1-ųjų rengimo metų sportininkams rekomenduojama dalyvauti ne daugiau 1-2, 2-ųjų rengimo metų – 2-4 varžybų;

46.2. varžybiniai technikos ir taktikos veiksmai turi būti tobulinami ir per pratybas. Kartojami technikos veiksmai, taktiniai deriniai lenktyniaujant ir varžantis (kas taisyklingiau, kas geriau, kas greičiau, kas daugiau ir kt.);

46.3. įgyvendinant pradinio ugdymo programas reikėtų vengti pernelyg dažno testavimo, kontrolinių treniruočių, varžymosi.

47. Ciklinės sporto šakos varžybinės veiklos programos turinys lemia programą įvykdžiusių vaikų gebėjimus ir pasiekimus:

VARŽYBINĖ VEIKLA		
Varžybinių įgūdžių lavinimas pratybose		
Kryptingumas	Esminiai gebėjimai	Įgytos kompetencijos
Taikyti varžybinius elementus pratybose	Demonstruos įgytas žinias praktinėje veikloje	Komunikavimo
Treniruojamojo pobūdžio varžybos		
Kryptingumas	Esminiai gebėjimai	Įgytos kompetencijos
Dalyvauti treniruojamojo pobūdžio varžybose (lenktynėse)	Taikys išmokytojų technikos ir taktikos elementus treniruojamojo pobūdžio varžybose	Asmeninė, iniciatyvumo ir kūrybingumo
Pagrindinės (kalendorinės) varžybos		
Kryptingumas	Esminiai gebėjimai	Įgytos kompetencijos

Nustatyti parengtumo lygį ir koreguoti rengimo procesą	Gebės vykdyti atitinkamas užduotis varžybų laiką ir intensyvumą atitinkančiose varžybose (lenktynėse)	Asmeninė
Realizuoti savo parengtumą dalyvauti sporto mokymo įstaigos metiniame varžybų plane numatytose varžybose	Suvoks varžybų veiklą lemiančių veiksnių poveikį Gebės taikyti technikos ir taktikos veiksmus varžybose	

IX. PROGRAMOS DERMĖ SU KITOMIS PROGRAMOMIS

48. Ciklinės sporto šakos pradinio ugdymo programos savo paskirtimi, ugdymo tikslais, uždaviniais ir principais dera su Bendrosiomis ugdymo programomis ir išsilavinimo standartais, sporto krypties neformalaus ugdymo programa
